

ホーチミン市から約2時間の極ウマ天国へ

ヴンタウ

Vung Tau

丸ごと

食、倒れ!!

ホーチミン市から約2時間、日帰りで行ける海の街ヴンタウ(Vung Tau)。目の前に広がるのは、残念ながら透明度とは無縁の茶色く濁った海だが、実は新鮮なシーフードやB級グルメが勢揃い。ヴンタウグルメにありつこうと、日帰りで訪れる人もいるほどだ。これでもかというほど食い倒れて、美味しい思い出でお腹を満たそう！

写真／大木宏之、ベトナムスケッチ編集部

始発時刻は朝8時

往路は水中翼船で
ピュッと約90分！

往路は、船旅を楽しめる水中翼船がおすすめ。スケッチトラベル(図p.22~23)ドンコイエリア店でチケット手配可。復路も利用する場合は、最終時刻をチェックして。

1 運行スケジュールを確認 (*は日曜のみ運行)

ホーチミン市発	ヴンタウ発
08:00	
10:00	10:00
12:00	12:00
14:00	14:00
	15:00*
16:00*	
	16:30*

※2015年10/1(木)現在の運行状況

2 チケット購入

当日の購入も可能だが、混み合う週末は電話または船が出る4区のサイゴン港(Cang Sai Gon)に行って予約するのがベスト。チケット販売所は、港入り口を入ってすぐ左手。

月~金曜	大人：20万VND 6~12歳：10万VND
土・日曜 & 祝日	大人：25万VND 6~12歳：12万VND ※5歳以下は無料

3 いよいよ水中翼船とご対面！

チケットを購入したら港内を直進。乗船エリアには、木造船レストランのエリサ(ERISA)号を目指して行けばたどり着ける。



出発時刻の15分前には、乗り場で待機しておこう



水中翼船の船着場
Ben Tau Canh Ngam (サイゴン港内)
15 Nguyen Tat Thanh St., Dist. 4, HCMC
☎(08) 3825 3333 / 3940 0333 (英語可)
🕒7:00~19:00



4 8:00出航！意外と広くてきれい！



映画館のような座席が並ぶ船内。全128席。清潔なトイレ付きなので安心の船旅だ



デッキに出て、景色を眺めるのも楽しい



海外のドッキリ番組を上映。爆笑の渦に包まれる

5 9:30 ヴンタウに到着

帰りのチケットは、港内で購入

カウンター船着場/Ben Tau Cau Da
120 Ha Long St., Vung Tau
☎(064) 385 6565 (英語可)



時間も融通が効くので大助かり
復路は大型バスでお安く約120分！

復路は、30分毎に運行する最終19時の「フーンチャン / Phuong Trang」社のバスで。待合室・車内ともに冷房付きで料金は10万VND、5歳以下は無料。



Phuong Trang
(ヴンタウバスターミナル内)
192 Nam Ky Khoi Nghia St.,
Vung Tau
☎(064) 352 5354
🕒4:00~21:30



バスターミナルを直進すると、フーンチャン社の待合室あり

ホーチミン市発はコチラ
272 De Tham St., Dist. 1, HCMC
☎1900 6067 (英語可) 🕒24時間

定番中の定番 & **ギョギョギョ**な変りダネ

ヴンタウで食べるべき海鮮

さて、ヴンタウ到着！ すぐに食べたい海鮮だけど、「メニューが読めない！ だから何を食べていいのか分からない！」という声多数。そこで、ヴンタウ好きのベトナム人に教えてもらったおすすめメニューをご紹介します。有名レストラン一覧もぜひ活用しよう。

※定番の海鮮料理はすべて「ガンハオ / Ganh Hao」で撮影。料金は同店のもの

外せない超定番シーフード！



ベトナム人が必ず食べる
定番料理

1 蒸し渡り蟹 Ghe Hấp

蒸すことで海鮮エキスを完全に封じ込めた渡り蟹は、ほのかな塩味と引き締まった身、ミソの甘味が絶妙にマッチ！

2匹25万6750VND



ベイビー、アイラブイカ！

2 ベビーイカの ヌックナム揚げ Mực Sứa Chiên Nước Mắm

ヴンタウといえはコレ。外側はクリスピーなのに、中身はムニョッ！ な新食感。甘じょっぱい味付けがおいしい塩梅で、ビールのツマミにどんどんいけちゃう

Sサイズ12万5000VND



鮮度抜群だからこそ生！

3 チビ岩牡蠣のおかゆ Cháo Hàu Sứa

小粒なのにしっかりと牡蠣の味が凝縮されて、ショウガが香る優しい味わいのおかゆ。刻みネギやシソなどの薬味を使って好みの味にアレンジして

1個2万5000VND。店員によると「ネギをかじると食あたり防止になる」らしい

4 生ガキ Hàu Sống

ちゅるんと口に含むと、クリーミーなカキの旨みに包まれる～！ ベトナム流に楽しむなら、野菜に巻いて食べよう

「マイラン？」と聞かれたら

注文時、店員に「マイラン / May lang? (何グラムですか?)」と聞かれることがある。「ラン / Lang」とは分量を指し、1ラン=100g。女性の手でひとつかみほどで、小さな巻貝などを頼むときに便利。右のバイ貝300gなら「パーラン / 3 Lang」と注文すればOK



嗚呼、ふんわり磯の香り...

5 バイ貝のレモングラス蒸し Ốc Hương Hấp Sả

日本では高級食材のバイ貝。派手な見た目と反して、豊かな磯の香りが口に広がる素朴な1品。コリコリとした食感で噛むほどに旨みがにじみ出る。

300g14万8500VND

10 連発！



食欲そそる最強の味付け！

6 シャコのガーリックバター Tôm Tích Cháy Tỏi

ベトナムの甘〜いバターとニンニクを火にかけ、揚げた大ぶりのシャコをイン！ 肉厚でジューシーなシャコは、1人1匹贅沢にかぶりつきたい

2匹43万7500VND

7 カニのタマリンド炒め Cua Rang Me

カニを殻ごと炒りつけ、甘酸っぱいタマリンド入りソースとからませた癖になる1品。たっぷり入った玉ねぎの食感もアクセントに

1匹31万8500VND

指までなめ回したい
ソースが決め手



押さえておきたい変りダネ



“本取材でいちばん
美味で賞”をあげる！

4万VND。現地の石油会社で働くベトナム人サラリーマンおすすめの1品

8 マグロの目玉 Mắt Cá Ngừ

グロテスクな見た目だけれど、コラーゲン好きにはたまらないプルプルっぷり！ 日本のつみれ汁を彷彿とさせるマグロダシも全部飲み干してほっこり

意外や意外、みんな食べてる
このメニュー



小11万5000VND

10 ナマズの煮付け Cá Dứa Kho Tộ

ナマズの仲間である「カーユア / Ca Dua」の煮付けは、ヴンタウの特産として有名。コショウをふんだんに効かせたスパイシーな濃味で、皮までいける

編集部ウインいち押し
甘酸っぱ鍋

13万VND～。別添えのカイワレなども入れて、野菜たっぷり鍋に



人気海鮮レストラン

ガンハオ / Ganh Hao

【1号店】
3 Tran Phu St., Vung Tau
☎(064) 355 0909
☎10:00~22:00 ☎21:30

【2号店】
9 Ha Long St., Vung Tau (港内)
☎(064) 357 7777
☎(月~金曜) 9:00~22:00 ☎21:30
(土・日曜) 9:00~21:00 ☎20:30

コーネン / Co Nen

6 Tran Phu St., Vung Tau
☎(094) 709 0606
☎(月~金曜) 16:00~23:30 ☎22:45
(土・日曜) 10:00~23:30 ☎22:45

タンファット / Thanh Phat

334 Tran Phu St., Vung Tau
☎(064) 383 6345
☎9:00~21:00 ☎20:00
※近くに類似店「タンファット / Tan Phat」があるので注意

エイ鍋専門店はこちら！

クアン40ホアンミン / Quan 40 Hoang Minh
40 Truong Cong Dinh St., Vung Tau
☎(064) 353 1147
☎9:00~23:30 ☎23:00

マグロの目はこちら！

バイヤーイ / Bay Giai
46 Hoang Hoa Tham St., Vung Tau
☎(064) 385 7891
☎10:00~22:00 ☎21:00

“ヴンタウ＝海鮮”という概念を覆せ

小腹が空いたら

B級グルメをチョイつまみ!



1皿4万7000VND。サトウキビジュース (Nuoc Mía) と一緒にどうぞ

ゴックヴースア/Goc Vu Sua

14 Nguyen Trung To St., Vung Tau
(064) 352 3465
(月～金曜) 7:00～15:00
(土・日曜) 7:00～21:00

米粉を水で溶いたタネを巨大タコヤキ器のような型に流し込み、エビをのせて油でカリッと揚げ焼きしたヴンタウの特産品。エビでんぶとネギ油をトッピングして出来上がり♪ 総勢10名の女性による手際よい仕事ぶりも見ものだ。

さっき海鮮を食べたけれど、何だか小腹が空いてきた…。それならヴンタウが誇るB級グルメを食べてみよう! 海鮮や遊びの合間をぬって、地元の人々に愛されるおやつまで楽しんでいるらしいベトナム人観光客。そんな彼らを見習って、レッツゴー!

B バインコット Bánh Khot

女たちの華麗なる分業体制



流し込み、エビ乗せ、フタ、ひっくり返しの作業をそれぞれ担当。仕上げに油が多めに入った写真奥の型に投げ込む

一瞬だけフタで密封!



片面だけを焼き上げるバインコット。フタをしてエビに火を通す

B 緑豆青汁 Rau Mả Đậu

たっぷりの緑豆を加えたベトナム版青汁「ラウマー/Rau Ma」目当ての若者で大賑わい。緑豆のほか、ドリアン入りやアボカド入りなど約10種類の青汁が揃う。



バーヤー/Ba Gia
3 Do Chieu St., Vung Tau
10:00～22:00 21:00

手前から「緑豆青汁/Rau Ma Dau」
1万1000VND、
「緑豆練乳青汁/Rau Ma DauSua」
1万4000VND

この2つを一緒に食すのが通!

B 鳩肉のおかゆ Cháo Chim Bồ Câu

骨まで食べられるほどホロホロに煮た鳩肉、キノコやネギなどが入った味わい深いお粥。別添えの卵を割り入れ、ひと煮立ちさせると◎。薬味を加えて召し上がれ。12万VND～



クーロン/Cuu Long
54 Do Chieu St., Vung Tau
(064) 353 0050
14:00～翌2:00 翌1:30

ゴックヴースア前で買える!



10個入り2万5000VND～で、チーズ入りやボークフロスのせもある

B バインボンラン チュンムーイ Bánh Bông Lan Trứng Muối

1口サイズの塩漬け卵黄マドレーヌ。バターが香るしっとりしたスポンジと塩漬け卵黄が奏でるハーモニー、アリガナシかはあなた次第!



屋台ならではの海鮮メニューの宝庫

夜の屋台DE指さし注文!

あっという間に夕暮れどきに。レストランで味わう海鮮もいいけれど、せっかくだから挑戦したいローカル屋台! 難易度が高いと敬遠しがちな指さし注文も、基本を押さえておけば意外と簡単。最後までヴンタウを味わい尽くそう。

いざ、実践。

海鮮選びからスタート!



カニのツメとタコをチョイス!

ずらりと並ぶ海鮮から選んだのは、ローカル屋台名物のタコ (Bạch Tuộc) とカニのツメ (Càng Cua)。分量は決まっていることが多いので、店の人に任せてOK。

太ったタコを選んだよ!

調理法はこれに決めた!



タコ + 焼く + ビリ辛
カニのツメ + 炒りつける + 塩唐辛子

香ばしく仕上げあげよ!

いっちょあがり~!



蟹の爪の塩トウガラシ炒り Càng Ghe Rang Muối Ót

少々食べるのに苦勞するが、殻とからんだ塩トウガラシの風味が絶妙。身を食べて、塩気のある殻をペロリとなめて、ビールをグイッ! 1皿8万VND

タコのビリ辛焼き Bạch Tuộc Nướng Sa Tế

タコのぶつ切りとオクラと一緒に焼いたスパイシーな1品。5万VND～とレストランより格安なので、タコは屋台に限る!

夜の屋台通り/Cho Dem Vung Tau

159 Thuy Van St., Vung Tau
(「ザ・インベリアルホテルヴンタウ」裏手)
15:00～翌3:00 (盛り上がるのは18:00以降)

旅のメに必須のアレ

ヴンタウのお土産は 鮮魚市場で買い!



旅の締めくくりは、やっぱりお土産! ここは機転をきかせ、お土産まで海の幸にこだわってみるのはどうだろう。復路の移動時間に合わせて市場に向き、新鮮な海の幸をゲットして帰る。これであなとも立派なヴンタウ通だ。

朝・夕に立つ鮮魚市場がアツい!

お土産やバーベキュー用の海鮮を買い求めるベトナム観光客でごった返す、海の街ならではの熱気でムムン! 最も賑わうのは、朝7~9時頃と夕方15~17時頃で、昼間は閉まっている店が多いので要注意。噂によると朝は前日に売れ残った海鮮が紛れ込んでいるとかいないとか…。朝訪れる場合は、吸盤の吸いつきや元気に動いているかなど、鮮度が確認しやすいものを選ぶようにしましょう。



ソムルーイ海鮮市場/Cho Hai San Xom Luoi
Phan Boi Chau, Nguyen Cong Tru St., Vung Tau
(タクシーで港まで3分、パスターミナルまで10分)

ヴンタウ在住のハギさんとお土産探しに



日本料理店「魚源」を営むハギさんは、毎夕市場へ買い出しに。一緒に市場を探検し、お土産にぴったりの海鮮を選んでもらいました!

第1 おみや候補

タコ (Bạch Tuộc) & イカ (Mực)

タコはクルンッよりビヨン

タコは、足が伸びたものが新鮮な証拠。足がクルンとしたタコは、すでに火を通したもので鮮度は低い

イカはまゆ毛をチェック

新鮮なイカはまゆ毛模様がある。薄くてもいいので、眼球の上にもゆ毛があるものを選ぶ。写真はハギさんが興奮を隠せないほど鮮度抜群だったイカ。青いまゆ毛がくっきり!



第3 おみや候補

岩ガキ (Hàu Sứa)



1袋500gに袋詰めされ、持ち帰りに便利。ハギさん秘伝のレシピを参考にしよう

第2 おみや候補

イヨスダレ貝 (Sò Lụa)



網目模様がかわいい二枚貝で、バター炒めに最適。ビールに合う!



ハギさんが伝授! 岩ガキのゴマ油漬け(1袋分)

- 1 カキを軽く洗い、沸騰したお湯に入れて1~2分火を通す
- 2 皿に出して冷まし、殻があれば取り除く
- 3 醤油150ccと酒150ccを煮立て、すりおろしニンニク小さじ1を投入。火を止め、岩ガキを入れて混ぜながら浸し、冷めたら水気を切ってタッパーに移す
- 4 ゴマ油とヒマワリ油を半々ずつ入れ、ラップでふたをして冷蔵庫へ。1日寝かすと味が染み込んで美味しい

※おいしい魚のレシピもp.29に掲載!

持ち帰りグッズはこちらで購入!



鮮魚市場では、持ち帰り用のボックスを購入できる。20cm×30cmサイズで3万VND。氷を入れてガムテープで密封するので、帰路も安心。

タンハン/Thanh Hang
5 Nguyen Cong Tru St., Vung Tau
7:00~19:30



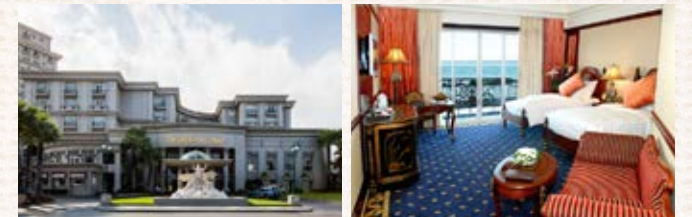
ヴンタウに来たら必ず訪れたい5つ星ホテル

絶対インペリアル!!

さよならイモ洗い!
ヴンタウきってのリゾート空間へようこそ

「ザ・インペリアルホテルヴンタウ」自慢のプライベートビーチ&プールに足を踏み入ると、この街を象徴するイモ洗い状態の海水浴場とは別世界のラグジュアリーな空間が広がる。なんと宿泊者以外も利用でき、月~金曜は大人25万VND・子ども15万VND、土・日曜&祝日は大人35万VND・子ども25万VND(タオルの貸し出し含む)と、リゾート気分を手頃に味わえてしまう。敷地内にはレストランやカフェのほか、最長で8時間レンタルできる休憩ルームもあり、冷房、シャワー、ゆったりとしたソファなどを完備。小さな子どもがいる家族も安心して過ごせるのが魅力だ。

The IMPERIAL Hotel Vung Tau
159 Thuy Van St., Vung Tau
(064) 362 8888
(2名1室) 1泊635万2500VND~
www.imperialhotel.vn



1室大人4名、子ども2名まで。
月~金曜 4時間まで130万VND、8時間まで180万VND
土・日曜&祝日 4時間まで200万VND、8時間まで280万VND